

# NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT DÀNH CHO NGƯỜI TIẾP XÚC GẦN (F1) VỚI NGƯỜI MẮC COVID-19 (F0)

## 1. F1 là gì?

Là người **tiếp xúc gần với F0** ở khoảng cách dưới 2m trong thời gian trên 15 phút. Một số nhóm người tiếp xúc gần thường gặp gồm:

- Người sống trong cùng hộ gia đình, cùng nhà, cùng phòng.
- Người làm việc cạnh F0 trong dây chuyền sản xuất, ngồi cùng bàn ăn, ngồi cùng bàn trong cùng phòng làm việc...



## 2. Khi được xác định là F1, bạn cần làm gì?

**a. F1 sống cùng nhà với F0 thì sẽ cách ly cùng với F0 trong vòng 14 ngày tính từ ngày đầu tiên phát hiện F0.** Về xét nghiệm: lấy mẫu xét nghiệm vào ngày đầu tiên khi phát hiện F0 và ngày 14 để kết thúc cách ly hoặc ngay khi có triệu chứng nghi ngờ mắc COVID-19. Thực hiện đúng quy định cách ly tại nhà để hạn chế lây nhiễm cho bản thân và cho người khác.

**b. F1 làm việc cùng với F0: tùy thuộc tình hình tiêm vắc xin của cơ sở sản xuất**

+ **Trường hợp 1:** cơ sở sản xuất có lớn hơn hoặc bằng 80% người lao động tiêm chủng đầy đủ, F1 tự theo dõi sức khỏe và tiếp tục làm việc. Về xét nghiệm: thực hiện xét nghiệm mẫu gộp kháng nguyên nhanh (tối đa không quá 3 người) ngay khi phát hiện F0. Nếu âm tính thì xét nghiệm lại vào ngày 3, 7 và tiếp tục mỗi 7 ngày cho đến khi không còn phát hiện F0. Khai báo sức khỏe mỗi ngày và xét nghiệm ngay khi có triệu chứng nghi ngờ mắc COVID-19.

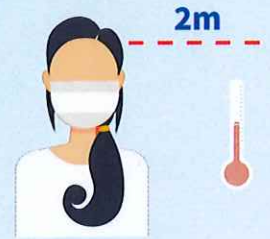
+ **Trường hợp 2:** cơ sở sản xuất có dưới 80% người lao động tiêm chủng đầy đủ, F1 sẽ cách ly tại nhà (nếu đủ điều kiện) hoặc cơ sở cách ly tập trung 14 ngày nếu F1 chưa được tiêm vắc xin đầy đủ. Về xét nghiệm: lấy mẫu xét nghiệm ngày đầu tiên khi phát hiện F0 và ngày 14 để kết thúc cách ly. Riêng đối với F1 đã tiêm vắc xin đầy đủ thì xử lý như trường hợp 1.

*Lưu ý: nếu kết quả xét nghiệm dương tính thì sẽ chuyển xử lý theo quy trình F0.*



### 3. F1 cần làm gì để phòng lây nhiễm cho người khác?

- Mang khẩu trang liên tục, rửa tay hoặc sát khuẩn tay thường xuyên. Giữ khoảng cách an toàn với người khác.
- Hạn chế tối đa tiếp xúc với người khác đặc biệt là những người có nguy cơ cao như: người chưa tiêm vắc xin, người có bệnh nền... cho đến khi kết thúc thời gian theo dõi.
- Ghi lại nhật ký tiếp xúc.
- Tuân thủ lịch xét nghiệm định kỳ để phát hiện sớm tình trạng nhiễm bệnh
- Tự theo dõi sức khoẻ và khai báo ngay khi có triệu chứng nghi nhiễm COVID -19
- Rửa mũi, súc họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý.
- Nơi cách ly phải thông thoáng, không sử dụng máy lạnh trung tâm; Thường xuyên làm vệ sinh các bề mặt, vật dụng, nhà vệ sinh
- Trường hợp phải chăm sóc F0: đeo khẩu trang, kính chắn giọt bắn, rửa tay/sát khuẩn tay trước và sau khi chăm sóc.
- Những điều **KHÔNG** nên làm:
  - **KHÔNG** tự ý rời khỏi nơi cách ly.
  - **KHÔNG** sử dụng chung vật dụng với người khác.
  - **KHÔNG** ăn uống cùng với người khác.
  - **KHÔNG** tiếp xúc gần với người khác hoặc vật nuôi.



#### Số điện thoại người F1 cần biết:

Trạm y tế: .....

Trạm y tế lưu động: .....

Đường dây nóng của địa phương:

Đường dây nóng của Sở Y tế: 096 777 1010



SỞ Y TẾ TP. HỒ CHÍ MINH



HCDC  
TT KIỂM SOÁT BỆNH TẬT TP. HCM